



Boletín Informativo de Salud y Bienestar para las Personas de la Tercera Edad

Kentucky Department for Aging and Independent Living

ALZHEIMER: LOS PRIMEROS SIGNOS Y SÍNTOMAS

La enfermedad de Alzheimer u otras formas de demencia pueden causar una pérdida de memoria que altera la vida diaria. El alzhéimer puede causar un descenso lento en la memoria, pensamiento y razonamiento. Conocer las señales de alerta podría ayudarle a usted y su familia a identificar la diferencia entre el envejecimiento normal y la enfermedad de Alzheimer.

1. **Pérdida de memoria que altera la vida diaria** - Puede tener pérdida de memoria, olvidar información aprendida recientemente, olvidar fechas o eventos importantes, hacer las mismas preguntas varias veces, tener mayor necesidad de usar recursos para recordar o valerse de familiares para las cosas que antes estaban bajo control.

Ejemplo de cambio normal con la edad:

Olvidar a veces nombres y citas, pero recordarlos más tarde.

2. **Retos en planificar o resolver problemas** - Uno puede experimentar cambios en la habilidad de desarrollar y seguir un plan o trabajar con números, tener dificultad para seguir una receta familiar o estar al tanto de facturas mensuales, tener dificultad para concentrarse y tomar mucho más tiempo para hacer las cosas que antes.

Ejemplo de cambio normal con la edad:

Cometer errores de vez en cuando al calcular el saldo en la libreta bancaria.



3. **Dificultad al hacer tareas comunes en casa, en el trabajo o en el tiempo de ocio** - Puede causar que las tareas diarias sean difíciles de hacer. Algunas personas pueden tener dificultad para conducir a un lugar familiar, manejar un presupuesto y recordar las reglas de un juego favorito.

Ejemplo de cambio normal con la edad:

Necesitar ayuda de vez en cuando para usar las opciones en un microondas o grabar un programa de televisión.

4. **Confusión con tiempo o lugar** - Uno puede perder la noción de las fechas, estaciones y el transcurso del tiempo. A veces la persona olvida dónde está o cómo llegó ahí.

Ejemplo de cambio normal con la edad:

Confundirse acerca del día de la semana pero saberlo más tarde.

5. **Dificultad para entender imágenes visuales y relaciones espaciales** - Dificultad para leer, juzgar distancia y determinar color o contraste, lo cual puede causar problemas para conducir. *Ejemplo de cambio normal con la edad: Cambios de vista relacionados con cataratas.*
6. **Nuevos problemas con palabras al hablar o escribir** - Pueden causar que uno tenga dificultad para seguir o unirse a una conversación. Es posible que uno tenga problemas con el vocabulario teniendo dificultad para encontrar la palabra adecuada. *Ejemplo de cambio normal con la edad: Tener dificultad a veces para encontrar la palabra adecuada.*
7. **Extraviar las cosas y perder la habilidad de recordar paso a paso lo que hizo** - Uno puede poner las cosas en lugares extraños, perder cosas y no poder retroceder y recordar para encontrarlas, o acusar a otras personas de robar. *Ejemplo de cambio normal con la edad: Extraviar las cosas de vez en cuando y retroceder y recordar paso a paso lo que hizo para encontrarlas.*
8. **Falta o disminución del buen juicio** - Uno puede experimentar cambios en el juicio o en tomar decisiones, prestar menos atención al aseo personal o a mantenerse limpio. *Ejemplo de cambio normal con la edad: Tomar una decisión incorrecta de vez en cuando.*
9. **Retirarse del trabajo o de actividades sociales** - Uno puede retirarse de aficiones, actividades, proyectos de trabajo o deportes, tener dificultad para recordar cómo hacer un pasatiempo favorito. *Ejemplo de cambio normal con la edad: Sentirse hastiado a veces de obligaciones laborales, familiares y sociales.*
10. **Cambios de estado de ánimo y personalidad** - Uno puede tener cambios en el estado de ánimo o la personalidad, puede estar confundido, sospechoso, deprimido o ansioso. Puede molestarle fácilmente si está fuera de su zona de confort. *Ejemplo de cambio normal con la edad: Desarrollar una manera muy específica de hacer las cosas y ponerse irritable cuando una rutina se altera.*

Si nota alguna de las 10 Señales de Alerta del alzhéimer en usted mismo o en alguien a quien conoce, no la ignore. ¡Programa una cita con su doctor!

Referencias:

<http://www.alz.org/10-signs-symptoms-alzheimers-dementia.asp>

Alzheimer's Association 24/7 Helpline: (800) 272-3900 info@alz.org

**Kentucky Cabinet for Health and Family Services
Department for Aging and Independent Living**

275 East Main Street 3E-E
Frankfort, Kentucky 40621
Teléfono: 502-564-6930

<http://chfs.ky.gov/dail/default.htm>